

全生讲中医

子宫肌瘤的中医防治

编者按：全生讲中医专栏的目的是普及中医知识，弘扬中医文化，介绍中医进展，传授专家经验，提高人们养生及防治疾病的能力。如果你热爱健康，喜欢养生，那就静下心来，和全生讲中医一起，探索中医奥秘，见证中医神奇，分享名医经验，寻找济世良方吧。

子宫肌瘤，又称子宫平滑肌瘤，是女性生殖器最常见的一种良性肿瘤。多无症状，少数表现为阴道出血，腹部触及肿物以及压迫症状等，以多发性子宫肌瘤常见。据相关统计资料表明，育龄妇女中有20%~25%的人患有该病。这种病常见于30-50岁的中年妇女，不孕的妇女尤为多见。本病确切病因不明，可能与体内雌激素水平过高，长期受雌激素刺激有关。

多数患者无明显症状，仅于盆腔检查时偶被发现。若出现症状，与肌瘤的部位、生长速度及

肌瘤有无变性等关系密切。最常见的症状为月经不调，表现为月经周期缩短、经量增多、经期延长、不规则阴道流血等；腹部膨大，下腹扪及肿物，伴有下坠感；白带增多；如发生蒂扭转或其他情况时可引起疼痛；肌瘤可压迫膀胱、尿道或直肠，引起尿频、排尿困难、尿潴留或便秘；肌瘤压迫输卵管使之扭曲，或使宫腔变形以致妨碍受精卵着床，导致不孕；若患者长期月经过多可导致继发性贫血，出现全身乏力、面色苍白、气短、心慌等症状。

中医认为，子宫肌瘤的形成与正气虚弱，气血失调有关。或由经期产后，内伤生冷，或外受风寒，或郁怒伤肝，肝气郁结，或忧思伤脾，气虚血滞，或积劳积弱，气弱而不行所致。常以气滞血瘀，痰湿内阻等因素结聚而成，而正气虚弱为形成本病的主要病机。后期则形成正气虚，邪气实，虚实错杂之痼疾。根据本病

气血失调的特点，治疗时应辨清病变是在气、在血，新病还是旧病。病在气则理气行滞为主，佐以理血；病在血则活血破瘀散结为主，佐以理气。新病正气尚盛，可攻可破；久病正衰，宜攻补兼施。但大凡攻伐，宜“衰其大半而止”，不可猛攻峻伐，以免损伤元气。

北京中医药大学名老中医程士德教授，全国百名名老中医之一，积70余年临床经验，对关节痹痛、咳嗽、胃脘痛、闭经、更年期综合症、不孕不育、失眠、抑郁等精神情志失调性疾病和过敏性疾病等疑难杂症有丰富的理论和经验。作者跟随程老坐诊时，采用疏肝行气，活血散结，健脾益气，补益肝肾等法，治愈诸多子宫肌瘤病例。

针灸对于子宫肌瘤的防治，疗效很好。针灸治疗子宫肌瘤的早期报道，见于50年代中期，在60年代初还出现过百例以上大样本的观察。现代针灸对于子宫肌

瘤的治疗，更为普遍。在治疗上，应用体针为主，配合耳针，效果显著。

对于疾病的防治，正确的心态至关重要。对于子宫肌瘤病人，须摆正心态，以乐观的心态面对人生，面对疾病。防止过度疲劳，经期尤须注意休息；多吃蔬菜、水果，少食辛辣食品；多吃含蛋白质、维生素丰富的食物。如果月经量过多，要多吃富含铁质的食物，以防缺铁性贫血。如果发现子宫肌瘤，一般应3-6个月复查一次，如肌瘤增大明显，出血严重，则应进行手术治疗。

另外，几首小方，对治疗子宫肌瘤有帮助。1. 大枣20枚，益母草10克，红糖10克，加水炖饮汤，每日早晚各1次。适用于经寒型子宫肌瘤所致月经后延，月经过少等症。2. 银耳藕粉汤：银耳25g，藕粉10g，冰糖适量。用法：将银耳水发后加适量冰糖炖烂，加入藕粉冲服，每日1次。适



卢全生医师，北京中医药大学中医硕士，中国中医科学院中西医结合博士，美国乔治城大学医学院博士后，河南中医学院客座教授。

验证：子宫肌瘤引起月经过多，久不止血，血色鲜红，烦躁不寐等症，可止血、除湿、清热。

下期敬请关注全生妇科十讲4：不孕症。更多全生讲中医，敬请关注卢全生中西医结合博士的网站 www.wholelifeherb.com，或直接拨打中文热线电话301-340-1066约诊。全生中医针灸医疗中心地址：416 Hungerford Dr, Suite 300, Rockville, MD 20850. 或 5054 Dorsey Hall Dr, Suite 104, Ellicott City, MD 21042.

成人肺炎的诊断和治疗

肺炎顾名思义是肺部的感染炎症，它可能发生于任何年龄组，冬季常见，男性患者好发。在婴幼儿中，年龄超过65岁以及有充血性心衰、糖尿病等慢性疾病的人群中，肺炎容易加重。本期我们重点讨论成人在非住院情况下发生的普通肺炎。至于住院病人在医院内或老人护理院内感染的肺炎比较复杂，其致病菌、对药物的抗性以及治疗方法都与普通肺炎有差别。

一、高危人群：肺炎在下列人群中好发：年龄大于65岁、吸烟者、营养不良者、有慢性肺病者、有其它慢性病如糖尿病和心脏病，机体免疫功能下降如爱滋病、器官移植、化疗或长期使用激素类药物者，其它还包括广由于某种原因导致咳嗽困难，如中风、使用镇静药或酒精者。

二、诊断：病因可能是细菌或病毒，偶尔

也可见真菌。在美国最常见的病因是肺炎链球菌。常见的临床表现有胸痛、气短、恶心呕吐、心率或呼吸加快、腹泻等，患者常咳嗽并有绿色或黄色的痰，还有发热和寒颤。诊断时先根据病史和体检，胸部X光片也很有帮助。有时还需要进行血和痰的细菌培养以及药物敏感试验。

三、治疗：许多轻型肺炎患者可在家中

使用口服抗菌素治疗。有些严重的患者需要住院使用静脉抗菌素。具体选择何种抗菌素应当与您的医师仔细讨论。另外还可使用镇咳和化痰药物，某些重症患者需要在ICU中接受呼吸机治疗。

隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话：240-404-6423；电子邮件：peterasui@yahoo.com。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保



隋爱平医师 乔治城大学医学院 家庭医学科临床助理教授

健中心。爱平诊所的地址：604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877.

Advertisement for 'Doctor Special Edition' (医生专版) featuring a female doctor and text about medical services.

Advertisement for 'Aiping Clinic' (爱平诊所) Gaithersburg Family Medicine, listing services and contact info for Dr. Aiping Shuai and Dr. Xuehui.

Advertisement for 'Zhonghua Tang' (中华堂中医馆) listing various traditional Chinese medicine services like acupuncture, herbs, and massage.

Advertisement for 'United Primary Care, LLC' featuring Dr. Michael Zhang, M.D., with details on his 24 years of experience and services.

Advertisement for 'All-Generations TCM' (全生中医针灸) listing services for internal medicine and gynecology, featuring Dr. Lu Shengsheng.

Advertisement for 'Capital Acupuncture & Herbal Care' (首都中医针灸) featuring Dr. Chen Zhisong, listing services and contact information.